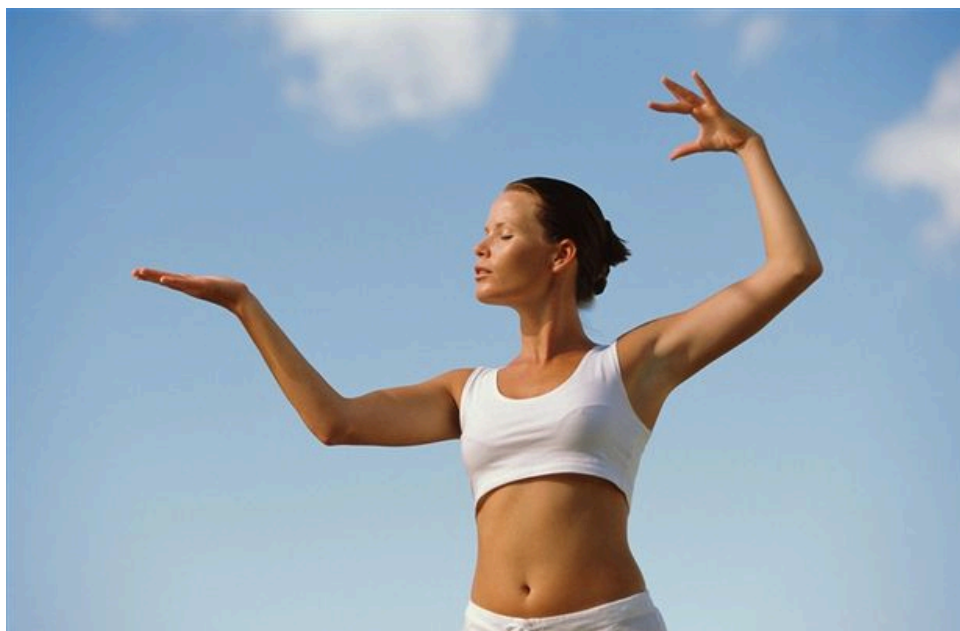


Практика Моделиране на женското тяло с Мария Каменова



**понеделник и
сряда от 18:30
до 19:30 часа**

Моделиране на женското тяло има за база Сакрална Архитектура на тялото, но тя е и естествено продължение и на приносът на всеки един учител в моя живот. В техниката са вплетени знания, познати от хилядолетия и сега отново преоткрити и предадени с много любов към всички Вас!

ВЪЗРАСТ НЯМА, КОГАТО ИМА ИЗРАСТВАНЕ!

Всяка жена мечтае колкото е възможно по-дълго да остане млада, привлекателна, здрава и изпълнена със сили. Прибягваме към какво ли не, за да достигнем това: измъчваме тялото си с диети и физически упражнения, харчим големи суми за козметични процедури и за многообещаващи средства за грижа на кожата, правим пластични операции. „Не е задължително жената да остарява – тя може постоянно да се възражда!“ – това са не просто думи, а реален опит на всички занимаващи се с практиката „Хармонизиране на тялото, ума и душата“

Чрез **Моделиране на женското тяло** ние се научаваме да създаваме нов, различен подход към своята женственост! Във всяка възраст, на основата на правилното построяване на тялото, движения и дихание възстановяваме здравето, женската сила и енергия. Придобиваме навици, които използваме не само в залата, но в забързаното си ежедневие и които с всеки един ден преподреждат плавно, но сигурно тялото и правилна му постановка.

ПОЛЗИ от практиката:

Ще се научим как правилно да стоим;

Ще възстановим еластичността на гръбнака;

Ще обясним защо е важно да знаем как да седим и как да лежим;

Ще укрепим мускулите на коремът – основа на женската сексуалност, енергия на живота;

Ще започнем да дишаме правилно и ще почувстваме лекотата на нашето тяло;

Ще извайваме нашата прекрасна гръд и шия и ще прехвърлим вниманието си и към лицето;

Ще се упражняваме и ще премахнем плоскостъпието и кокалчетата на стъпалата;

Ще моделираме тялото, ще успокоим ума и ще балансираме душата под нежните звуци на релаксираща музика и плавни движения;

Преподавател: [Мария Каменова](#)

Такса участие:

10 лв. – Еднократно посещение

ЗАДЪЛЖИТЕЛНО е ПРЕДВАРИТЕЛНО запазване на място по един от изброените начини:

0884 777050 – Рецепция ПКИ

мейл: event@pki.bg

FB messenger – [Пловдивски Културен Институт](#)

ПРЕПОРЪКА: Спазвайте добра лична хигиена! Грижете се за своето здраве и бъдете отговорни за здравето на другите! Ние спазваме всички условия и противоепидемични мерки за комфорта и

сигурността на нашите посетители.

Ще ни откриете на:

[ул. Иван Перпелиев № 5 – Пловдивски Културен Институт](#)

032/664433 или 0884 777 050 – Рецепция ПКИ

Facebook: [Пловдивски Културен Институт](#)

Instagram: [plovdivculturalinstitute](#)

YouTube: [Пловдивски Културен Институт](#)

**Пловдивски Културен Институт – НАЙ-ДОБРОТО от НАЙ-ДОБРИТЕ в
сърцето на града!**